



### 미세먼지 농도 실시간 확인 방법

- 01 환경부 에어코리아(www.airkorea.or.kr) 접속
- 02 메인화면 좌측 '초미세먼지 또는 미세먼지' 클릭 후 확인



### 미세먼지 예보 확인 방법

- 01 환경부 에어코리아(www.airkorea.or.kr) 접속
- 02 대기정보 예보/경보 클릭 후 하단 확인



### 폭염 수치 확인 방법

- 01 기상청 날씨누리(www.kma.go.kr) 접속
- 02 메인화면 하단 '중기예보' 클릭 후 확인



### 폭염 상세정보 확인 방법

- 01 기상청 날씨누리(www.kma.go.kr) 접속
- 02 '특보, 예보' - '폭염영향예보' 클릭 후 확인



### 더위체감지수(WBGT) 확인 방법

- 01 기상청 날씨누리(www.kma.go.kr) 접속
- 02 '생활과 산업' - '생활기상정보' 클릭 후 확인



### 더위체감지수(WBGT) 상세정보 확인 방법

- 01 기상청 날씨누리(www.kma.go.kr) 접속
- 02 '생활과 산업' - '생활기상정보' 클릭
- 03 화면 상단 '지수별' - '더위체감지수' 클릭 후 확인

## 재난대응 매뉴얼 종합본 다운로드

 문화체육관광부  
문화체육관광부 누리집  
www.mcst.go.kr

 스포츠안전재단  
KOREA SPORTS SAFETY FOUNDATION  
스포츠안전재단 누리집  
www.sportsafety.or.kr

재정후원   
국민체육진흥공단



스포츠행사 운영자를 위한

# 미세먼지 폭염 대응매뉴얼



# 종목별 재난취약등급 확인

## 취약등급분류(지수)

외부환경지수 + 내부환경지수

외부환경지수 분류기준		내부환경지수 분류기준	
지수	경기시간(h)	지수	METs
1	1h 이하	1	1Mets 이하
2	1h 초과 3h 이하	2	1Mets 초과 3Mets 이하
3	3h 초과 6h 이하	3	3Mets 초과 6Mets 이하
4	6h 초과 9h 이하	4	6Mets 초과 9Mets 이하
5	9h 초과	5	9Mets 초과

**METs 란?** 운동강도를 나타내는 표시법의 하나로, 각종 운동의 산소소비량을 배수로 나타낸 값을 의미합니다.

## 대표 실외종목 METs 지수 예시

종목	METs 지수	종목	METs 지수
마라톤(시합)	13.3	력비(시합)	8.3
축구(시합)	10	수영(바다수영)	6.0
육상 허들(시합)	10	야구(일반)	5
자전거(경주)	10	골프(시합)	4.8
오리엔티어링(시합)	9	파크골프(시합)	3

※ 종목별 세부 METs 지수는 매뉴얼 종합본 부록 참조

## 재난대응 취약등급표

지수	1등급	2등급	3등급
	고위험군	중위험군	저위험군
	7점 이상	5-6점	4점 이하
예시	자전거(14~15mph, 경주) 10METs, 경기시간 6h - 외부환경지수:4점 - 내부환경지수:5점 - 합계:9점	농구(시합, 3on3) 8METs, 경기시간 1h - 외부환경지수:1점 - 내부환경지수:4점 - 합계:5점	파크골프(시합) 3METs, 경기시간 4h - 외부환경지수:3점 - 내부환경지수:1점 - 합계: 4점

### 1등급(고위험)

### 종목별 취약성 색깔을 확인해주세요!

스포츠활동에 있어 재난대응을 위해 스포츠의 활동시간, 운동강도 등을 감안하여, 1등급(고위험)에서 3등급(저위험)까지의 재난대응 취약성 등급을 3단계로 분류하고 있습니다.

### 2등급(중위험)

이러한 분류기준에 따른 스포츠행사 운영의 취약성등급에 대해 충분히 검토하신 후 재난대응 사전대비를 하시기 바랍니다.

### 3등급(저위험)

# 미세먼지 발령 기준에 따른 행동요령

	매우 나쁨	주의보	경보
발령 기준	시간당 평균 농도 • PM10:151 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 • PM2.5:76 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상	시간당 평균 농도 • PM10:151 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 • PM2.5:76 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 2시간 지속 시	시간당 평균 농도 • PM10:300 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 • PM2.5:150 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 2시간 지속 시
대회 전	대회 당일 예보 확인 (나쁨 이상 시) ↓ 회의소집 ↓ 대회 시행 검토 ↓ 미세먼지 대비책 조치 또는 대회 연기/취소	대회 당일 예보 확인 (나쁨 이상 시) ↓ 회의소집 ↓ 대회 시행 검토 ↓ 미세먼지 대비책 조치 또는 대회 연기/취소	대회 당일 예보 확인 (나쁨 이상 시) ↓ 회의소집 ↓ 대회 시행 검토 ↓ 미세먼지 대비책 조치 또는 대회 연기/취소
대회 당일	긴급회의 소집 ↓ 대회중지 / 대회실시 ↓ 휴식 후 재개/취소 결정 / 미세먼지 대비책 강화	긴급회의 소집 ↓ 대회 중지(권장) ↓ 취소 (권장) / 휴식 후 재개/취소 결정	긴급회의 소집 ↓ 대회 중지(적극 권장) ↓ 취소 (적극 권장)
결정 권자	행사추진/주관 단체의 장, 경기감독관 등	행사추진/주관 단체의 장, 경기감독관 등	행사추진/주관 단체의 장, 경기감독관 등
비고	• 1등급 종목의 경우 주의보 단계로 자체 격상 • 미세먼지 취약계층(노인, 어린이 등)의 경우 주의보 단계로 자체 격상 • 환자 발생 시 주의보 단계로 자체 격상	• 1등급 종목의 경우 경보단계로 자체 격상 • 미세먼지 취약계층(노인, 어린이 등)의 경우 경보단계로 자체 격상 • 환자 발생 시 경보 단계로 자체 격상	• 1등급 종목의 경우 경기 취소 적극 권장 • 미세먼지취약계층(노인, 어린이 등)의 경기 취소 적극 권장 • 환자 발생 시 경기 취소 적극 권장

# 폭염 발령 기준에 따른 행동요령

	주의보	경보
발령 기준	33 $^{\circ}$ C 일 최고기온 33 $^{\circ}$ C 이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때	35 $^{\circ}$ C 일 최고기온 35 $^{\circ}$ C 이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때
대회 전	회의 소집 ↓ 대회 시행 검토 ↓ 폭염 대비책 조치 또는 대회 연기/취소	회의 소집 ↓ 대회 시행 검토 ↓ 대회 연기/취소(권장) 또는 폭염 대비책 조치
대회 당일	긴급회의 소집 ↓ 대회중지 / 대회실시 ↓ 휴식 후 재개/취소 결정 / 폭염 대비책 강화	긴급회의 소집 ↓ 대회 중지(권장) ↓ 취소 (권장) / 휴식 후 재개/취소 결정
결정 권자	행사추진/주관 단체의 장, 경기감독관 등	행사추진/주관 단체의 장, 경기감독관 등
비고	• 1등급 종목의 경우 경보 단계로 자체 격상 • 폭염 취약계층(노인, 어린이 등)은 경보 단계로 자체 격상 • 환자 발생 시 경보 단계로 자체 격상	• 1등급 종목의 경우 경기 취소 적극 권장 • 폭염 취약계층(노인, 어린이 등)은 경기 취소 적극 권장 • 환자 발생 시 경기 취소 적극 권장
	[WBGT 매우 위험시] 더위체감지수가 31 $^{\circ}$ C 이상일 때 (예보 포함)  경기 취소(적극 권장)	[WBGT 매우 위험시] 더위체감지수가 31 $^{\circ}$ C 이상일 때 (예보 포함)  경기 취소(적극 권장)



스포츠행사 개최시기 월별 재난유형 파악



스포츠행사 종목별 재난취약등급 확인



미세먼지/폭염 발령 기준에 따른 행동요령 파악



스포츠행사 연기, 취소/ 중지, 실시, 취소 결정